

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Школы №68

На 30.09.2021 (четверг)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Гуляш		50	1,45	111
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,46	196
Какао с молоком		200	17,58	119
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		63,34	496
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	136
Пюре картофельное		150	20,44	137
Компот из свежих плодов (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	28,20	117
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Рыба, тушенная в томате с овощами		50/50	2,09	62
Итого:	84,00		97,57	602
Весь рацион питания:	149,00		160,91	1098

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
41,33	30,84	160,91	0,59	0,41	29,16	93,17	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
274,66	561,26	147,18	7,67				

Директор

(Михалев А. И.)



Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.